

# Pourquoi j'ai mal?

**Numéro d'inventaire :** 2001.01662

**Auteur(s) :** Didier Cohen-Salmon

Françoise Galland

Sandrine Herrenschmidt

**Type de document :** affiche

**Éditeur :** Sparadrap (Paris)

**Mention d'édition :** 1ères édition

**Imprimeur :** SMIR, Le Mans

**Inscriptions :**

- nom d'illustrateur inscrit : Herrenschmidt (Sandr

**Description :** Repro. couleur d'un dessin.

**Mesures :** hauteur : 42 mm ; largeur : 594 mm

**Notes :** Sparadrap: Centre national de ressources sur l'enfant et l'hôpital. Extrait du livret "Aïe! J'ai mal..." Prix de vente: 26F. Tirage déclaré 5.000.

**Mots-clés :** Protection de la famille, de la mère et de l'enfant

Médecine, pharmacie

**Autres descriptions :** Langue : Français

ill. en coul.

**Pourquoi j'ai mal ?**  
La douleur est comme un signal d'alarme : elle t'aide à éviter certains dangers.  
La douleur aide aussi à trouver quelle est ta maladie.  
J'ai mal quand j'avale, Papa !  
Ah ! ça doit être une angine.  
Si tu es malade, si tu dois être soigné ou opéré, tu risques d'avoir mal. Ces douleurs, les adultes peuvent te les éviter, les diminuer ou les soulager.

**Pourquoi dire que j'ai mal ?**  
Parce que la douleur ne se voit pas. Tu n'es pas "transparent", on ne peut pas deviner ce que tu ressens.  
Et puis, chaque enfant réagit à sa manière quand il a mal.  
Mal, la piqûre, ça m'a pas fait mal.  
Mal, j'ai eu mal, c'était l'horreur !  
Il n'y a que toi qui peux dire comment et combien tu as mal. Il ne faut pas attendre pour le dire, car on soulage mieux une douleur si l'on s'en occupe dès le début.

**Comment dire que j'ai mal ?**  
Les adultes peuvent t'aider à dire où et comment tu as mal...  
Tu peux dire si tu as un peu, beaucoup ou très mal.  
Et quand j'appuie là, ça te fait mal ?  
Oui, et ça me tire...  
Est-ce que tu as très mal ?  
Oh, oui !  
Quand les enfants sont petits ou ne peuvent pas parler, les adultes les observent régulièrement et attentivement pour savoir s'ils ont mal.

**Comment avoir moins mal ?**  
Il existe des médicaments plus ou moins puissants, que l'on choisit selon l'intensité de ta douleur.  
On donne les médicaments sous différentes formes. Voici les plus courantes :  
le sirop, le comprimé, le suppositoire, la pommade, la perfusion, la crème anesthésiante.  
Est-ce que tu as encore mal ?  
Oui !  
Alors, il faut qu'on te donne un médicament plus fort.  
Mais il existe d'autres solutions pour t'aider à avoir moins mal : être bien installé et bien entouré, te relaxer... et surtout poser des questions pour bien comprendre ce qui se passe.